



सहिद

SAHID WEEKLY साप्ताहिक

थाहै नदिईकन जाँड-रक्सीको कुलत छुटाउन

- ♦ दुब्लो-पातलो शरीरको मोटोपन बढाउन
- ♦ शरीरको हार्ट बढाउन
- ♦ अनुहारको चायाँपोतो ३ दिनमै हटाउन
- ♦ कपाल झर्न तुरुन्तै रोक्न
- ♦ नशा च्यापिएको घुँडाको दुखाई निको पार्न
- ♦ यौन दुर्बलता र कमजोरीपन हटाउन

फिटनेस प्वाइन्ट ट्रेडिङ्ग

नेपाल टेलिकमको गेटसँ, बाहिरीगाउँ, कीर्तिपुर
फोन नं. ०१-४३३६७०१, ९८०३५०२२५९

तर्ष १४, अंक ४६, पृष्ठ-६ ने.सं. ११३८ विल्ला श्वः, अष्टमी, वि. सं. २०७४ फागुन ११ गते शुक्रबार FEB 2018 मूल्य रु. ५।-

टोखामा एघारौँ जनसाहित्य सम्मेलन सम्पन्न

‘जनसाहित्यले लाखौँ जनताको सेवा गर्नेछ’

टोखा। टोखामा सोमबार एघारौँ जनसाहित्य सम्मेलन सम्पन्न भयो। सम्मेलनको नेपाल मजदुर किसान पार्टीका केन्द्रीय सचिव तथा प्रतिनिधिसभा सदस्य प्रेम सुवालले उद्घाटन गर्नुभयो। सम्मेलनमा पुराना तथा नयाँ साहित्यकारहरूले जनपक्षीय र परिवर्तनमुखी साहित्य प्रस्तुत गरेका थिए।

सम्मेलनमा सांसद सुवालले देश र जनताको हितका निम्ति सहिदहरूले बलिदान गरेको आज ६८ वर्ष भएर पनि सहिदको सपना पूरा नभएको बताउनुभयो।

उहाँले शिक्षा-स्वास्थ्य निःशुल्क, स्वदेशमा रोजगारीको व्यवस्था, देशको सार्वभौमिकताको



रक्षा नै सहिदको सपना भएको विचार राख्नुभयो।

‘सरकारमा गएका नेताहरू २००७ सालदेखि नै भारतीय

दलाल भएको हुँदा बहुदल र गणतन्त्रसम्म पनि जनताले दुःख पाएका हुन्। २०१५ सालमा चुनाव भयो तर प्रधानमन्त्री बीपीले

२०१६ सालमा भारतीय एकाधिकार पूँजीलाई गण्डक दियो। २०४८ सालमा टनकपुर सम्झदारीको विरोध गर्ने एमालेले २०५३ सालसम्म पुरदा सिंगै महाकाली भारतीय एकाधिकार पूँजीलाई दियो। महाकाली सन्धी भए पश्चिमबाट सूर्य उदाउने, देश फिलिमिली हुने, वर्षेको खर्चै रुपैयाँ आम्दानी हुने बताएको ओली दुई पटक प्रधानमन्त्री भए। जलस्रोत भारतीय एकाधिकार पूँजीलाई दिएर सिलिण्डर युग अन्त्य गर्ने र घरघरमा ग्यासको पाइप लाइन जोड्ने सपनामात्रै हुनेछ।’, सचिव सुवालले भन्नुभयो।

क्रमशः पृष्ठ ५ मा

कीर्तिपुर नगरपालिकाको प्रमण्डल भनपामा

भक्तपुर। भक्तपुर नगरपालिकाका प्रमुख सुनिल प्रजापतिसित कीर्तिपुर नगरपालिकाका प्रमुख रमेश महर्जनसहितका जनप्रतिनिधिहरूले सोमबार भेट गर्नुभयो।

भक्तपुर नगरपालिका कार्यालयमा भएको भेटमा दुई नगरबीच सांस्कृतिक सम्बन्धको विकास र अनुभवको आदानप्रदान गर्नुपर्ने आवश्यकताबारे छलफल भयो।

भेटमा नगर प्रमुख प्रजापतिले भनपाले सांस्कृतिक नगरको पहिचान जोगाउन कला-संस्कृति संरक्षणमा जोड दिइरहेको बताउनुभयो।

उहाँले शिक्षा-स्वास्थ्य र खेलकुद क्षेत्रमा नगरपालिकाले गर्दै

आएको कार्यबारे जानकारी दिँदै भनपाको आयोजनामा भइरहेको अन्तरनगर भलिबल प्रतियोगितामा कीर्तिपुर नगरपालिकाको तर्फबाट टीम पठाई सहयोग गरेकोमा धन्यवाद व्यक्त गर्नुभयो।

कीर्तिपुर नगरपालिका प्रमुख रमेश महर्जनले भनपाले गर्दै आएको कामबाट सिक्न चाहेको बताउँदै दुई पक्षको अनुभवको आदानप्रदानले आपसी फाइदा हुने विश्वास व्यक्त गर्नु भयो।

नगर प्रमुख, उपप्रमुख एवं वडा अध्यक्षहरूले भलिबल प्रतियोगिताको अवलोकन गर्नुका साथै निर्माणमा भाज्या पोखरी र सिद्ध पोखरीको पनि अवलोकन

क्रमशः पृष्ठ ५ मा

नौमूले पाँचौँ वार्षिक सभा सम्पन्न

नौमूले खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता समितिको पाँचौँ वार्षिक साधारण सभा फागुन ५ गते शनिबार सम्पन्न भयो।

सभाको उद्घाटन कीर्तिपुर नगरपालिकाका प्रमुख रमेश महर्जनले पानसमा बत्ती बाली गर्नुभयो।

त्यसक्रममा वहाँले समितिले गरेको कामप्रति प्रशंसा गर्दै हरेक क्षेत्रमा उदाहरणीय काम गर्न आग्रह गर्नुभयो।

वहाँले टौदहक्षेत्रलाई मौलिक घरहरू निर्माण गरी कृषि जंगलबाट जोगाउन पनि आग्रह गर्नुभयो।

विशेष अतिथि उपप्रमुख

सरस्वती खड्काले समितिको काम प्रति सराहना व्यक्त गर्दै नपाबाट आवश्यक सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्नुभयो।

विशेष अतिथि ई. अन्नपूर्ण बरालले कुशल नेतृत्वको इमानदारी तथा लगनशीलताले नौमूले खापा सफल भएको बताउनुभयो।

कार्यक्रममा समितिका सचिव सरदकुमार थापाले संस्थाको वार्षिक प्रतिवेदन पेश गर्नुभएको थियो।

समितिका अध्यक्ष विश्वप्रकाश थापाको सभापतित्वमा

क्रमशः पृष्ठ ५ मा

दुई ‘स’ र कीर्तिपुर नपाको व्यवहार

– एनम

कीर्तिपुर नगरपालिका कार्यपालिकाको रुपमा अधिकार प्राप्त र नयाँ निर्वाचित जनप्रतिनिधिहरू आएपछि बसेको पहिलो कीर्तिपुर नगर परिषद्को कार्यक्रम तथा नीति सार्वजनिकमा दुई ‘स’ ‘संचार’ र ‘सहिद’ बारे मौन बसेको थियो।

‘संचार’ राज्यको चौथो अंग र ‘सहिद’ बलिदानको प्रतिक प्रजातन्त्रको लडाईँ लडेका वीर अमर सपुत।

‘संचार’ कै कारण

समाज परिवर्तनको संवाहक बनेर गाउँगाउँ र समाजलाई जागरुक बनाएको थियो जसको संचारले आन्दोलनमा होमिएर प्रजातन्त्र प्राप्तिको लागि आहूति दिएर जनताको सहिद बनेका थिए।

सहिद दिवस कीर्तिपुरमा २ पटक मनाइन्छ। एक फागुन ७ गते प्रजातन्त्रको लागि शहादत चार सहिदको सम्मानमा र चैत्र २० गते पञ्चायती व्यवस्थाको विरुद्ध लडेका चारजना सहिदहरूको।

फागुन ७ गतेको सहिद स्तम्भ पाँगा शालिकमा रहेको छ

जहाँ गत वर्ष चार जना सहिदको आधा कदको प्रतिमा सहिदपथ उपभोक्ता समितिले स्थापना गरेको थियो।

जनमानसमा ती दुवै दिनका सहिद दिवस गच्छे अनुसार मनाइरहेको छ तर नगरपालिका आफ्नै स्थानीय सरकार सहिद दिवस मनाउनेबारे मौन छन्।

माघ २९ गते दोस्रो नगरसभा सम्पन्न भयो। निर्वाचित जनप्रतिनिधिमात्र बसेर गरेको दोस्रो नगरसभामा प्रस्तुत हुने गतिविधि, निर्णय आम जनताले, नगरवासीले

थाहा पाउला भनेर संचारलाई नबोलाएकोमा केही आपत्ति छैन तर नगरसभाले गरेका सार्वजनिक गर्न मिल्ने निर्णय प्रेस विज्ञप्ति मार्फत जानकारी नदिनु मतदाताहरू माथि लात हान्नु सरह हो।

पहिलो नगरपरिषद्मा संचार र सहिद प्रति कुनै नीति कार्यक्रम नबनेको र अहिले दोस्रो नगरसभामा संचारलाई कुनै जानकारी नदिनु कीर्तिपुर नपाको व्यवहार कतै दुई ‘स’ लाई अगाडि नल्याउने प्रपञ्च त होइन ?

ब्याडमिन्टन खेलमा
एक दशक (१० वर्षी)

युवा खेलकुद समूह, कीर्तिपुर

सहभागी होऔँ ! सहभागी बनौँ !!

सहिद दिवस २०७४ को उपलक्ष्यमा

उपलक्ष्यका व्यापी १० औँ सहिद स्मृति कप

मेन्स डबल्स (खुला)/भेट्रान डबल्स* (५५ वर्ष)

स्थान: जनसेवा मावि, पाँगा

खेल-संचालन: चैत्र १०-१४ गतेसम्म

समय: विहान (खुला कोठी)

सम्पर्क: ९८४१४३६०२२ (नारायण), ९८४९०२९०६७७ (हरिकुमार)

८३३०८२८ (अफिस)

प्रवेश शुल्क: रु. २०००।- मात्र

अन्तिम दर्ता मिति: चैत्र १३ गते

* भेट्रानमा नागरिकता अनिवार्य पेश गर्नुपर्नेछ ।

ऐतिहासिक जनअन्दोलन २०८६ चैत्र २० गते शहादत अमर सहिद



लनबाहादुर महर्जन वि.सं. २००६ माघ
हिराकाजी महर्जन वि.सं. २०१७ माघ
राजमान माली वि.सं. २०२५ मंसिर
राजेन्द्र महर्जन वि.सं. २०३० चैत्र

सहिद साप्ताहिक

वर्ष १४, अंक ४६, २०७४ फागुन ११ गते शुक्रबार

शंखापुर प्रकाशन समूहको लागि

सम्पादक/प्रकाशक: नारायण महर्जन

कम्प्यूटर टाइप/सेटिङ्ग: सहिद डेस्कटप

सम्पर्क कार्यालय: जहुँ हिटी युवा क्लव - ११

पाँगा, कीर्तिपुर, फोन नं. ४३३०५८३, ९८४१४३६०२२

E-mail:- kipushahid@hotmail.com

kipushahid@gmail.com

www.kipushahid.blogspot.com

मुद्रण : शर्मिला प्रिन्टर्स, डल्लु, काठमाडौं

सम्पादकीय...

होली: उध्श्रृंखल नहोस्

रंगहरुको पर्व होली १७ गते बिहीबार परेको छ । असत्यमाथि सत्यको विजयको रुपमा मनाइने होली संयमित मर्यादित र भाइचारा ढंगले मनाउनु जरुरी छ ।

सरकारले होलीमा बढेको विकृति रोकन हरेक वर्ष गृह मन्त्रालयबाट सूचना जारी गरी सचेत गरेको छ भने अपराधिक विकृतिका घटना घट्न नदिन प्रहरी प्रशासन सडकमा सतर्क अवस्थामा विगतमा पनि राखेका थिए ।

यस वर्ष पनि १७ गतेको होलीको लागि सूचना जारी गरिसकेका छन् ।

प्रहरी प्रशासनको सतर्कताले उध्श्रृंखल घटना निकै घटेको सर्वसाधारणले महसुस गरेका छन् ।

रंगहरुको पर्वमा एक आपसमा परिवारजन, इष्टमित्रबीच रंग दलेर, खुशीयाली रुपमा मनाउन सकिन्छ । पानी छ्यापेर बेलुन हानेर मनाउन सकिन्छ तर बाटोमा हिँड्ने बटुवाहरुको अनुमित बेगर न रंग दल्न पाइन्छ न त बेलुनले नै हान्न पाउँछ ।

जथाभावी रंग दल्ने, बेलुन हान्ने विगतको गतिविधिमा भगडा भै मृत्यु समेत हुने, धेरै घाइते हुने गरेका घटना अझै ताजा छन् । अझ मोटरसाइकलमा तीन जना बसेर बाटो भरी हो हल्ला गर्ने जस्ता कार्यले पनि धेरै दुर्घटना हुने गरेको छ ।

होली सांस्कृतिक पर्व खुशीयालीले मनाउने तर होलीको नाम उध्श्रृंखल तडकभडक रंग छ्याप्ने, बेलुन हान्ने प्रविधिलाई निरुत्साहित पार्न प्रहरी प्रशासन मात्र होइन समाज र टोलका बासिन्दा पनि सचेत हुनुपर्दछ ।

उखान-टुक्का र गफगाफले समृद्धि र विकास असम्भव

– नीरज

सत्तासीन दलले आफ्नो चुनावी घोषणापत्रमा लेखेजस्तो विकास र समृद्धि नेपालको वर्तमान परिस्थितिमा छोटो समयविधिमा हासिल गर्न असम्भव छ । अर्को निर्वाचनमा देश कम्तीमा उनीहरुले भनेजस्तो विकास र समृद्धिको दिशा उन्मुख मात्र भए पनि जनतामा आशा र भरोसाको सञ्चार हुनेछ । नेपाल र संसारका धेरै देशमा अनेकन सपना बाँडेर चुनाव जितेका राजनीतिक दल अर्को चुनावसम्ममा बकमफुसे बनेका मनग्य दृष्टान्त छन् ।

संरा अमेरिकाका पूर्वराष्ट्रपति बाराक ओबामाको चुनावी अभियानमा निकै चर्चित बनेको एउटा शब्द थियो- 'चेन्ज' अर्थात् परिवर्तन । इराक युद्ध, अफगानिस्तान युद्धलगायत संसारभर संरा अमेरिकी सरकारले चर्काएका युद्धका कारण आजित अमेरिकी जनता र एक पछि अर्को आर्थिक संकटमा फर्दै गएको अमेरिकी अर्थतन्त्रमा आशा जगाउन ओबामाको 'चेन्ज' नाराले काम गर्‍यो । तर ओबामा दुई पटकको कार्यकाल सकाएर विदा हुने समयमा पनि अमेरिकी जनतामा आशाको भिन्नो किरण समेत झुल्केको थिएन । न त संरा अमेरिकी सेना युद्धको मोर्चा छोडेर स्वदेश फर्किए न अर्थतन्त्रमा कुनै सुधार भयो । ओबामाको 'चेन्ज' सस्तो चुनावी नारामा सीमित बन्यो । ओबामाले जाँदा-जदै डोनाल्ड ट्रम्पजस्तो अराजनीतिक व्यक्तिलाई राष्ट्रपति पद सुम्पेर गए ।

एमाले-माओवादी गठबन्धनको सरकारले भनेको विकास र आर्थिक समृद्धि पनि अन्ततः ओबामाको 'चेन्ज' जस्तै बन्न सक्ने सम्भावनालाई नकार्न सकिन्न ।

विकास र आर्थिक समृद्धि गफगाफ, उखान टुक्का, भाषणबाट हुने होइन । देश किन आर्थिक विकास र समृद्धिको मार्गमा अघि जान सकेन भन्ने प्रश्नबाट नै बहस आरम्भ गर्नुपर्दछ । राजनीतिक बन्दोबस्तको खोट, स्रोत-साधनको अभाव, प्रविधिको पछौटेपना, जनशक्ति र पूँजीको अभाव आदि के-कति कारणले देश विकास हुन सकेन भन्ने प्रश्नमाथि परिणाममुखी बहस-विमर्श बिना विकासको कुरा अर्को पटक पनि जनतालाई भुक्क्याएर चुनाव जित्ने चालबाजीमात्र हुनेछ । एकतिहाई

काम गर्ने उमेरको जनसंख्या विदेशी भूमिमा हुनु नै देशको आर्थिक विकासको प्रमुख तगारो हो । नेपालका सबै काम गर्ने उमेरको जनसंख्यालाई देशभित्रै रोजगारी दिन सक्ने अवस्था बनाए सरकार वास्तवमै आफ्नो घोषणापत्रप्रति इमानदार रहेको प्रमाणित हुनेछ । रोजगारीका लागि नेपाली युवा विदेश उड्नु नपर्ने अवस्था आगामी पाँच वर्षमा हुन सके मात्र पनि एमाले-माओवादी केन्द्रको सरकार 'वामपन्थी' होला- नहोला, तर देशको आर्थिक विकासमा इमानदार पार्टी भने अवश्य हुनेछ । रुग्ण उद्योग कलकारखानाको चुस्त सञ्चालन र जनताका दैनिक जीवनमा अत्यावश्यक सामग्रीसँग जोडिएका उद्योगको स्थापनाले देशको आर्थिक विकासको इन्जिनलाई काम गर्ने बनाउनेछ । विदेशी सामग्रीसँग प्रतिस्पर्धा गर्न नसक्ने वस्तुहरुको सन्दर्भमा स्वदेशी उत्पादनलाई कर सहूलियतको प्रबन्ध गरे राष्ट्रिय अर्थतन्त्रले उचाइ हासिल गर्नेछ । तर के अबको सरकारबाट यी यस्ता काम सम्भव होलान् ? पाँच वर्षमा कथित वामपन्थी सरकारले नेपाली युवाहरु विदेशमा जान नपर्ने र स्वदेशमै रोजगारीको वातावरण बन्ला ? के सरकारले रुग्ण सरकारी उद्योग कल-कारखानाको चुस्त सञ्चालन र नयाँ कलकारखाना स्थापनामा अग्रसर देखाउला ? यी प्रश्नको जवाफ भने सत्तासीन दलले अंगालेको सिद्धान्तको आधारमा पनि विश्लेषण गर्न सकिन्छ ।

'वामपन्थी' वा 'कम्युनिष्ट' भने तापनि एमाले र माओवादी केन्द्र दुवै नवउदार अर्थप्रणालीका पक्षपाती देखापर्दछन् । एमाले र माओवादी केन्द्रले विगतमा नेतृत्व गरेका र सामेल भएका सरकारहरुका आर्थिक नीति र गतिविधिका आधारमा यो निष्कर्षमा पुग्न धेरै गाह्रो छैन । नेपाली युवाहरुलाई स्वदेशमै

रोजगारीको सुनिश्चितता गर्ने र राष्ट्रिय अर्थतन्त्रका आधार-उद्योग कलकारखानाको सञ्चालनमा काँग्रेस जति पङ्क्तियो, एमाले र माओवादी केन्द्र पनि समान रुपमा असफल थिए । तर उनीहरुले त्यही आर्थिक नीतिलाई बलियो बनाउन योगदान गरे । अर्थात् जुन नीतिका कारण देश आजसम्म गरीब र अविक्सित बन्यो, त्यो नीतिलाई बलियो बनाउन काँग्रेस जति लागिपरेको, एमाले-माओवादी केन्द्र पनि लागि परे । आज केही मानिसहरु अस्थिर सरकारकै कारण देशको विकास नभएको तर्क गरिरहेका छन् । अस्थिर सरकार एउटा कारण हुनसक्छ । तर मूलतः शासक राजनीतिक दलको नीतिगत अस्पष्टता र अवधारणाकै अभावका कारण देशले आजको अवस्था भोगिरहनुपरेको हो ।

केपी ओली नेतृत्वको सरकारले उत्तर (चीन) बाट समृद्धि र विकास ल्याउने चर्चा पनि बारम्बार उठ्ने गरेको छ । निसन्देह आजको विश्वमा कुनै पनि देशको विकास आफू एकैको भरमा हुन असम्भव छ । देश-देश बीचको आपसी सहयोगबाट नै देशको विकास सम्भव हुने गर्दछ । संसारका धनी मानिएका देशहरु समेत कुनै न कुनै रुपमा अन्य देशहरूसँग आपसी सहायता आदान-प्रदान गर्दछन् । अर्को शब्दमा बढीभन्दा बढी देशसँग आपसी सहयोग आदान-प्रदान, आयात-निर्यात गर्न सक्ने देश नै समृद्ध देश मान्ने एउटा आधार बनेको छ । तसर्थ नेपालको आर्थिक विकासमा दुरदराजका देशहरुको सहयोग त जरुरी हुन्छ भने छिमेकी नै रहेको चीनको सहयोग आवश्यक नहुने कुरा छैन । तर त्यसको अर्थ समृद्धि र विकास जति अरु कुनै देशले रेलमा पार्सल गरेर पठाउने भने कदापि होइन । चीनले गर्ने सहायतालाई नेपालले विकास र समृद्धिको यात्राका उपयोग गर्न पनि नेपालले आफ्नो राष्ट्रिय

अर्थतन्त्रको विकास गर्नुको विकल्प छैन ।

केरुङ आउने रेल भरिभराउ हुने अनि रिक्तो फर्किने अवस्था नेपाली अर्थतन्त्रको निम्ति कदापि शुभ संकेत होइन । केरुङबाट फर्किने रेलमा नेपालका के-कति उत्पादन पठाउने भन्ने कुराको निक्योल हाम्रा सत्तासीन दलले नेपालमा विकास गर्न उद्योग कलकारखाना र प्राकृतिक स्रोतको सन्तुलित उपयोगमा भर पर्छ । तर नेपाली युवाहरुलाई विदेशमा उडाएर र भारतीय सामानको निर्भरतामा देश चलाएर कदापि त्यो काम सम्भव हुने छैन । नेपालमा आफ्नै उत्पादनको विकास गर्न नसक्दा नेपाली नाका भारतीय सामान चीन पठाउने र चिनियाँ उत्पादन भारत पठाउने बाटोमात्र बन्दछ । आफै भने विकसित र समृद्ध हुने छैनौं । त्यस्तो विकासले चीन र भारत त खुसी होलान् तर त्यसमा नेपाल र नेपाली जनतालाई दीर्घकालीन हित गर्न सक्ने छैन ।

एमाले र माओवादी आर्थिक समृद्धि, स्थायित्व र विकासलाई आफ्नो प्रमुख एजेण्डा बताए पनि उनीहरुले प्रस्तुत गरेका खाका भने मूलतः अपत्यारिला र अवस्तुगत छन् । त्यस्तै अवधारणाका भरमा देशको विकास गर्न खोजेका हुन् भने परिणाम फेरि पनि बेफुवाँक कुराकानी र स्वप्नभङ्गमै समाप्त हुनेछ । उनीहरुले अघि सारेका खाकामात्र जनतालाई भुक्क्याउने र बर्त्याई नभए अब नेपाली पाखुरालाई विदेश पठाउन रोक्नुपर्छ र निरुत्साहित गर्नुपर्छ । देशको औद्योगिक विकासको काम भिन्नो लाग्दा औपचारिकतामा नभई कार्यान्वयनमा उतार्नुपर्छ । नत्र सर्वविदित कुरा हो, गफैले, उखान-टुक्का र भाषण अनि बाक्लो रङ्गीन घोषणापत्रले मात्र देशले आर्थिक समृद्धि र विकासको बाटोमा अघि बढ्ने होइन ।

भाषा, साहित्य व संस्कृतिया सः

नेवाः एफ.एम १०६.६



NewaFM
106.6 MHz

विहट्टिचट्टि (२४ सै घण्टा) न्यनादिसँ/न्यंकादिसँ

नेवाः जुयागुया गौरव यानादिसँ

नेवाः एफ.एम. १०६.६

न्यामासिमा, बःधवाखा, किपू-२
फोन ल्याः ४३३४२२२

अनक मिडिया प्रा.लि.

न्यामासिमा, बःधवाखा, किपू-२
इमेलः ankmedia.newafm@gmail.com

‘समाजवादको लागि कार्यकर्ताहरू संघर्षशील हुनुपर्ने’

देशको समसामयिक राजनैतिक अवस्थाबारे नेपाल मजदुर किसान पार्टीका अध्यक्ष नारायणमान बिजुक्छेसँग श्रमिक साप्ताहिकले लिएको अन्तरवार्ता साप्ताहिक भएकोले साभार जारी प्रकाशित गरेको छ । -सं

- का. रोहित

पार्टीमा आएकाहरू किन पार्टी छोड्छन् ?

नेपाल मजदुर किसान पार्टी समाजमा आमूल परिवर्तन गर्ने उद्देश्यले निर्माण भएको नेपालको एक राजनैतिक दल हो । आमूल परिवर्तनको उद्देश्यबारे व्यापक जनतालाई शिक्षित र संगठित नगरी, हतार-हतारमा चुनावबाट विजय भएको पार्टी र सरकारले समाजको आमूल परिवर्तन गर्न सक्दैन । ५ वर्ष वा १० वर्षको मेहनतले मात्र व्यापक कामदार जनतालाई वर्गीय, राजनैतिक र क्रान्तिकारी समाजको बारेमा शिक्षित र संगठित गर्न सकिदैन ।

केही राजनैतिक दलहरूले पैसा खर्च गरेर, ठेकेदार, तस्कर, घर-जग्गाका दलालहरू, कालाबजारी, शोषक, गुण्डा र कर चोरहरूको समर्थन र सहयोगमा चुनाव जित्नासाथ देशलाई रातारात ‘स्वर्ग’ बनाइ दिने ठगी गर्दैछन् । छिमेकी भारतमा स्वतन्त्रताको ७० वर्षपछि पनि यस्तै आश्वसन दिएर हरेक ४-५ वर्षमा जनतालाई भुक्क्याउँदै र ठगै निर्वाचन जित्छन् । तर भारतमा भन् भन् भ्रष्टाचार बढ्दैछ, निर्वाचित राज्यसभा, संसद र स्थानीय निकायका सदस्यहरूमध्ये ५२-५३ प्रतिशत अपराधका मुद्दा खेपेका वा मुजरिम छन् । आधा भारतीय जनता एक छाक मात्रै खान्छन्, घर घरमा चर्पी छैन, वर्षको लाखौँ किसान जनता ऋण तिर्न नसकेर आत्महत्या गर्छन्, बेरोजगारी, दहेज प्रथा र अन्य सामाजिक कारणले वर्षको लाखौँ जनता आत्महत्या, हिंसा र भोकमरीबाट पीडित छन् । दलहरूले चुनाव जित्छन्, सांसद बन्छन्, मन्त्री हुन्छन्, सरकार बनाउँछन् तर जनताको समस्या ज्यूँका त्यूँ छन् ।

नेपालको वर्तमान पूँजीवादी गणतन्त्र भारतकै नक्कल हो । यसकारण ५-१० वर्ष त के प्रजातन्त्र र गणतन्त्रको २५ वर्षसम्म पनि नेपाली कांग्रेस, एमाले, माओवादी, मधेसवादी दलहरू र राप्रपाका सरकारहरूले केही गर्न सकेनन् । समाजको आमूल परिवर्तनको निम्ति गाउँ र वडादेखिका कामदार जनतालाई पूँजीवाद, क्रान्ति र समाजवादको सैद्धान्तिक ज्ञान र विभिन्न देशका समाजवादी क्रान्तिहरूबारे शिक्षित गर्नु आवश्यक छ । तर केही मानिसहरू नेमकिपालाई अरु पूँजीवादी दलहरूसरह नै ठानेर पार्टीमा दाखिल हुन्छन् । पूँजीवादी दलहरूले तिनीहरूलाई पद र पैसा दिने लोभ-लालचमा फसाउँछन् र नेमकिपा छोड्छन् । पद र पैसाको लोभमा फसेका केही मानिसहरू नेमकिपा छोडी सांसद, मन्त्री र अनेक पद र पैसा कमाउने ठाउँमा पुगे, गलत संगतको कारण रक्सी खाए, जुवा र नराम्रा कुलतहरूमा लागे र दुःखद् मृत्यु भोगे ।

यसरी नेमकिपामा लागेका केही मानिस पूँजीवादी

पदको हाहामा लागेर एकपछि अर्को अपराध गर्न पुगे र पश्चातापको पीडा सहेर जिउँदै लाश बनेका छन् । माथिल्ला पद पाउने, पैसा कमाउने अवसर पाउने उद्देश्यले नेमकिपामा आएकाहरू आ-आफ्नो पूँजीवादी महत्वाकांक्षा पूरा नहुने देखेपछि समाजमा आमूल परिवर्तनको उद्देश्य छोडेर स-साना पूँजीवादी उद्देश्यको निम्ति पूँजीवादी राजनैतिक दलहरूको स्वार्थी जालमा पर्छन् र जीवनभर पछुताउँछन् ।

पार्टीले आशा, लाम र अपेक्षा किन दिन सकेन ?

नेमकिपा पूँजीवादी विचार र व्यवस्थाको विरोधमा कामदार वर्गको शासन व्यवस्था अर्थात् समाजवाद र राज्यविहीन समाज (साम्यवाद) को सिद्धान्त बोकेको मार्क्सवादी-लेनिनवादी विचार बोकेको एक राजनैतिक दल हो । नेमकिपाले बोक्ने विचार र नीति निर्माणले नेमकिपाको एक एक जना कार्यकर्ताको तत्कालीन व्यक्तिगत हित, आशा र आकांक्षालाई पूरा गराउने उद्देश्य राख्दैन बरु नेमकिपाले अंगीकार गरेको हरेक विचार र नीतिको कार्यान्वयनले देशका सबै जनता, नेमकिपाका सदस्य, समर्थक र शुभचिन्तकहरूको पनि हित सुनिश्चित हुन्छ ।

यसकारण नेमकिपाले आफ्नै कार्यकर्ताको निम्ति अलग माग र नीतिलाई अगाडि सार्दैन, बरु देशका सबै युवा-विद्यार्थी, किसान, मजदुर, बुद्धिजीवी, राष्ट्रिय पूँजीपति वर्गको हित हुने नीतिलाई अगाडि सार्छ । नेमकिपाका सबै कार्यकर्ताहरू व्यापक दृष्टिकोण लिएर देश र जनताप्रति समर्पित हुन्छन् र हुनुपर्छ । राजनैतिक दर्शनमा आधारित आदर्श समाजको निर्माण एक दीर्घकालीन सोच र योजना हो । नेमकिपाका हरेक असल कार्यकर्ताले आफूलाई त्यस सोच र योजनाको एक सक्रिय सदस्यको रूपमा हेर्ने बानी बसाल्ने गर्छ । व्यक्तिगत इच्छा, आकांक्षा र हितलाई व्यापक जनताको हितसँग जोड्नु नै त्यस आदर्श समाजको संस्कृति हुन्छ ।

अरु पार्टीले त्यस्तो आशा दिएकोले उतैतिर लाग्यो कि ?

पूँजीवादी राजनैतिक पार्टीले देशको शासक सत्ता, संसद र देशलाई शोषक वर्गको हितको निम्ति जनताको शोषण गर्न साधारण जनता र कामदार वर्गलाई साना-तिना आशा देखाउँछन् र चारा फाल्छन् तथा थोरै ज्याला दिएर धेरै नाफा कुम्ल्याउँछ । निर्वाचनमा पूँजीवादी राजनैतिक दलहरूले ठेकेदार, कालाबजारी, कर-चोर, तस्कर, वनमारा, भ्रष्टाचार, घर-जग्गाका दलाल, म्यानपावर कम्पनीका मालिक, विदेशी पूँजीका दलाल आदिबाट मोटा मोटा रकम लिन्छन् र संसदबाट तिनीहरूकै हितको ऐन-कानून बनाउँछन्, स्वयम् कर निर्धारण, सम्पत्ति शुद्धीकरण ऐन

आदि यसका उदाहरण हुन् ।

माथि उल्लेख गरिएका यस्ता विषयका ऐन-कानून बनाएर पूँजीवादी दलहरूले १०-२० वर्ष पहिले नै ठेक्का र रकम लिएका ठेकेदारहरूलाई लागत मूल्य बढाई रकम बढाउने, छुट दिने, डोकाका प्वालहरूजस्ता छिद्रै छिद्र भएका ऐन-कानून बनाएर देश र जनताका विरोधी व्यापारी, उद्योगपति र अपराधीहरूलाई छुट दिने वा सार्दै कम सजाय दिने ऐन-कानून बनाएर पछि पनि बनाउनेछन् । ती नै ऐन-कानूनका छिद्रहरूको फाइदा उठाएर ती सबै आर्थिक अपराधीहरूको तर्फबाट पूँजीवादी दलका कार्यकर्ताहरूले अनेक लाभ पाउँछन् ।

त्यसको अर्थ हो - आर्थिक अपराधीहरूले नै पूँजीवादी नेताहरूबाट नयाँ नयाँ कार्यकर्तालाई देखाएको आशालाई पूरा गर्न अपराधबाट आएका पापको २-४ प्रतिशत ‘दान-दक्षिणा’ दिन्छन् वा त्यही रकम कार्यकर्ताहरूको हातमा पुग्छन् । यसरी सरल युवाहरूलाई भ्रष्टाचार र शोषणको पापको भारी बोकाउँछन् । धेरै लोभी वा सरल युवाहरू दिएको विश्वास र आशाको भरमा पूँजीवादी दलहरूतिर निर्वाचनमा सजिलै फस्छन् ।

२०७० सालमा पार्टीमा सामेल भएका कार्यकर्ताले २०७४ सालमा संगठन नपुर्लिएको गुनासो गर्छन् । ७७ वटै जिल्लामा संगठन विकास गर्नुपर्ने भएन भन्ने प्रश्न गर्छन् । संगठन फैलाउन ढिलो भयो, छिटो फैलाउन के गर्नुपर्ला ?

२०७० देखि २०७४ साल अर्थात् ४-५ वर्षमा एक कक्षाका विद्यार्थी ५-६ कक्षामा मात्रै पुग्छ । व्यक्तिको निम्ति ४-५ वर्ष भनेको लामो जस्तो लागे पनि देशको र जनताको निम्ति ४-५ वर्ष भनेको एक निर्वाचन अवधि हुने गर्छ । २५ वर्षसम्म शासन गर्ने नेका, एमाले, माओवादी, मधेसवादी दलहरू र राप्रपाहरूले जनतालाई दिएको आशा र आश्वसन पूरा गर्ने काम केही गरेनन् । तिनीहरूले खाली व्यासाले शिकार गरेका भागहरू भगडागरेर खाएजस्तै मात्रै गरे ।

पूँजीवादी दलका नेताहरू मन्त्री भए र ती नै शिकारलाई भागबण्डा गरी खाए । तिनीहरूका बहुमत कार्यकर्ता अर्को निर्वाचन नआएसम्म आशै आशामा हेरेर बस्छन् । तर ती शासक दलले आफ्ना जिल्लाका संगठन चलाउन वर्षमा करोड होइन अरबौँ लगानी गर्छन् । त्यो रकम शासक दलले ठेकेदार, भ्रष्ट कर्मचारी, कालाबजारी, अपराध, घर-जग्गाका दलाल, तस्कर आदिबाट असुल गर्छन् । हरेक जिल्लाको शोषणबाट जम्मा पारेको रकमको ५-१० प्रतिशत त्यही जिल्ला पार्टीमा खर्च गर्छन् । त्यही रकमले अन्य जिल्लामा पार्टी विकासमा पनि खर्च गर्छन् ।

ट न क प् र दे ि ख महाकाली सन्धीसम्म, माथिल्लो कर्णालीदेखि अन्य विदेशी लगानीको अरबौँ अरब रकमले तिनीहरू ७७ जिल्लामा पार्टी गतिविधि गर्छन् । तर नेमकिपाले किसान, मजदुर, युवा-विद्यार्थी, बुद्धिजीवी र व्यापक जनताबाट प्राप्त चन्दाबाट पूँजीवादी व्यवस्थाको विरोधमा समाजवादको पक्षमा पत्र-पत्रिका र अन्य प्रकाशनहरू छाप्छ, वितरण गर्छ, बेच्छ र अन्तरक्रिया मार्फत् नयाँ र पुराना कार्यकर्ता, समर्थक र शुभचिन्तकहरूलाई राजनैतिक रूपले शिक्षित गर्छ ।

पार्टी सिद्धान्तबाट शिक्षित नवआगन्तुक कार्यकर्ताहरूलाई पार्टीमा प्रवेश गर्छ । नेमकिपाको शुभचिन्तक, समर्थक र पार्टीमा वर्गीय संगठनका सदस्यहरू, पेशागत संगठनका समर्थकलाई एक एक पाइला गर्दै शिक्षित गरेपछि पार्टीमा प्रवेश गराउनेछ । यसरी वर्ष-वर्षका राजनैतिक तालिम, गतिविधि र जनताको सेवापछि मात्रै जिल्ला-जिल्लामा पार्टी संगठनको घोषणा गर्छौँ ।

दर्खास्त दिँदैमा नेमकिपाले पार्टी सदस्यता दिने गर्दैन बरु परीक्षणकालमा राखेर देश र जनताको सेवामा समर्पित हुने बानी बसाल्छ । त्यस्ता उम्मेदवार सदस्य कुनै एउटा समितिमा आबद्ध गराइनेछ र ती उम्मेदवार सदस्यले पूर्ण सदस्यता नपाएसम्म पार्टी समितिमा छलफलमा भाग लिन पाउँछ तर मत दिन पाउनेछैन । यसरी एक एक पाइला गर्दै पार्टी विकास हुन्छ । पानी उमाल्दा सुरुमा समय लाग्छ, स-साना पानीका



फोकाहरू बढ्दै गएपछि डेक्कीभरि पानी छिट्टै उम्लिन्छ भनेजस्तै नेमकिपाको पार्टी संगठन एक समयमा ७७ वटै जिल्लामा पार्टीको संगठन गर्न सफल हुनेछ ।

अहिले मानिस छिट्टै प्रतिफल चाहन्छन्, कसरी सम्झाउने ?

मानिसहरू छिट्टै प्रतिफल चाहे पनि धान छरेको भोलि पल्टै वा धान रोपेको भोलिपल्टै फल प्राप्त हुन्छ भन्ने होइन । छिट्टै फल प्राप्त गर्ने इच्छा गर्नु सरल मानिसको स्वभाव हो । चिया बसाल्नासाथै चिया उम्लन्न भन्नेबारे युवाहरूलाई सचेत पार्नु आवश्यक छ । नेमकिपाका कार्यकर्ताहरूले आ-आफ्नो जिल्ला, गाउँ, नगर र वडाका नयाँ समर्थकहरूलाई देश-विदेशका देशभक्त र

क्रान्तिकारीहरूको जीवनीबाट सिक्ने र प्रेरित हुने कक्षा सञ्चालनहरू गर्नु आवश्यक छ । भौतिकवादी र आध्यत्मवादी दर्शनबारे, बाँदरदेखि मानिसको विकास, समाजको विकास, दास युग र दास विद्रोहहरू सामन्तवाद र किसान विद्रोहहरू, पूँजीवादी क्रान्ति र मजदुर आन्दोलनहरू, साम्राज्यवाद र उपनिवेशवादको उत्थान र मजदुर आन्दोलनहरू, साम्राज्यवाद र उपनिवेशवादको उत्थान र पतन, समाजवादी क्रान्ति र पूँजीवादको पुनःस्थापनाको सम्भावनाको विरोधमा संघर्ष तथा साम्यवादी समाजको संक्रमण कालको विषयमा पनि कक्षा सञ्चालन र छलफलबाट कार्यकर्ताहरूलाई नेमकिपाले शिक्षित गर्नेछ र देश एवम् जनताको सेवामा व्यवहारिक संघर्षमा पनि सामेल गराउनेछ ।

सडक दुर्घटनाबाट जोगिन

ट्राफिक नियम पूर्ण रूपमा पालना गरौं ।



नेपाल सरकार

सूचना तथा सञ्चार मन्त्रालय

सूचना विभाग

कीर्तिपुर नगरपालिका

लोगो (Logo) डिजाइन पेश गर्ने बारेको सूचना

कीर्तिपुर नगरपालिका, नगर कार्यपालिका कार्यालयको आफ्नै लोगो (LOGO) डिजाइन गर्नुपर्ने भएकोले ईच्छुक संघ, संस्था, फर्म, कम्पनी तथा व्यक्तिले लोगो डिजाइन गरी २०७४ साल फाल्गुन मसान्तभित्र पेश गर्नु हुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । साथै पेश हुन आएका डिजाइनहरूमध्ये छनौट गरी उत्कृष्टलाई उचित पुरस्कार र सम्मानको समेत व्यवस्था गरिएको छ ।



कीर्तिपुर नगरपालिका

फोन नं. ०१-४३३१६५३



दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. बाहिरीगाउँ, कीर्तिपुर

बोलपत्र आह्वान सम्बन्धी सूचना

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशन मिति: २०७४/११/८)

यस दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. की.न.पा.-५, नगाउँ मुख्य सडकमा तपशिल बमोजिमको निर्माण कार्य सम्पन्न गर्नुपर्ने भएकोले नेपाल सरकारबाट ईजाजत प्राप्त ईच्छुक निर्माण व्यवसायीहरूबाट निम्न शर्तहरूको अधिनमा रहि सिलबन्दी बोलपत्र आह्वान गरिन्छ ।

- बोलपत्र फारम यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले २१ दिनसम्ममा कार्यालय समयभित्र दस्तुर रु.५०००/- (अक्षरेपी पाँच हजार रुपैयाँ मात्र) नगदै तिरी (फिर्ता नहुने गरी) निवेदन सहित अद्यावधिक ठेक्का ईजाजत-पत्र, मु.अ.कर दर्ता प्रमाण-पत्र र आ.व. २०७३/७४ को कर चुक्ता प्रमाण-पत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि पेश गरी दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. बाहिरीगाउँ, कीर्तिपुरबाट खरिद गर्न सकिने छ ।
- खरिद भएको बोलपत्र फारम स्पष्टसँग भरी यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले २१ दिनको १२:०० बजेसम्ममा दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. बाहिरीगाउँ, कीर्तिपुरमा दर्ता गराईसक्नु पर्नेछ । दर्ता भएका बोलपत्र सोहि दिन दिउँसो २:०० बजे बोलपत्र दाता वा प्रतिनिधिहरूको रोहवरमा दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. बाहिरीगाउँ, कीर्तिपुरमा खोलिने छ । बोलपत्र दाता र निजको प्रतिनिधि उपस्थित नभए पनि बोलपत्र खोल्न बाधा पर्नेछैन । बोलपत्र खरिद गर्ने अन्तिम र खोलेको दिन सार्वजनिक विदा परेमा त्यसपछिको लगत्तै कार्यालय खुलेको दिन सोहि समय र स्थानमा उपरोक्त कार्य हुनेछ ।
- बोलपत्र फारमको साथ बोलपत्र जमानत Bid Bond बापतको रकमको एन.आई.सी. एसिया बैंक लि. कीर्तिपुरमा रहेको बैंक खाता नं. ३५४०३१३५२४००१ मा नगदै दाखिला गरी सोको सक्कल भौचर वा सो रकम बराबरको यस संस्थाको नाममा जारी गरेको १२० दिन म्याद भएको बैंक जमानत Bid Bond पेश गर्नुपर्ने छ ।
- बोलपत्र दाता निर्माणस्थल र कामको सम्बन्धमा राम्रो सँग बुझी बोलपत्र पेश गर्नुपर्ने छ ।
- बोलपत्र फारम भर्दा दररेट स्पष्टरूपमा अंक र अक्षरमा उल्लेख गर्नुपर्ने छ । अंक र अक्षरको दररेटमा फरक पर्न गएमा अस्पष्ट भएमा अक्षरमा लेखिएकोलाई मान्यता दिइनेछ । दररेट उल्लेख गर्दा मूल्य अभिवृद्धि कर बाहेकको दररेट उल्लेख गर्नुपर्ने छ ।
- समयभित्र प्राप्त नभएको, सूचनाको शर्त विपरीत भएको, रित नपुगी आएको बोलपत्रमाथि कुनै कारवाही हुनेछैन ।
- एक व्यक्ति, फार्म वा संस्थाको नाममा खरिद गरेको बोलपत्र सम्बन्धी कागजात अर्को व्यक्ति, फार्म वा संस्थाको नाममा दाखिला गर्न पाइने छैन ।
- पेश हुन आएका बोलपत्र स्वीकृत गर्ने, नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार यस संस्थामा निहित रहनेछ । यस सूचनामा नपरेका तथा नलेखिएका कुराहरूको हकमा दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. बाहिरीगाउँ, कीर्तिपुरको आर्थिक प्रशासन विनियम २०७३, सार्वजनिक खरिद नियमावली २०७३ तथा नेपाल सरकारको प्रचलित कानुन बमोजिम हुनेछ ।
- बोलपत्र वा प्रस्ताव सम्बन्धी अन्य थप जानकारी चाहिएमा संस्थामा कार्यालय समयभित्र सम्पर्क राख्नुहुन वा यस संस्थाको फोन नं. ०१-४३३४२३५ मा सम्पर्क राख्न सकिनेछ ।

तपसिल

क्र.सं.	ठेक्का नं.	कामको विवरण	बोलपत्र जमानत रकम	बोलपत्र दस्तुर
१)	०१/०७४/०७५	कीर्तिपुरस्थित दर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको ३.५ (साडे तीन) तल्लाको नयाँ भवन	कबुल गरेको रकमको ३.०% (तीन प्रतिशत)	रु. ५,०००/- (फिर्ता नहुने)

प्रदेशले घरजग्गादेखि मनोरञ्जन करसम्म उठाउन सक्ने

काठमाडौं। करदाताप्रति सम्मानपूर्वक व्यवहार गर्दै कर निर्धारण तथा असुली गर्ने पाउने अधिकार प्रदेश सरकारलाई दिइएको छ ।

घरजग्गा रजिष्ट्रेसन शुल्क, मनोरञ्जन, विज्ञापन र कृषि आयमा कर लगाउनसक्ने अधिकार प्रदेशलाई प्रत्यायोजन गरिएको अर्थ मन्त्रालयले जानकारी दिएको छ ।

नेपालको संविधानको धारा १९७ अनुसार प्रदेशको कर तथा गैरकर राजस्व लगाउने र उठाउने सम्बन्धमा बनेको नमूना विधेयकमा प्रदेश कर कार्यालयले कर तिर्नुपर्ने व्यक्ति वा करदाताको पहिचान गरी कर दायित्व विवरण खुलाएर कर लिनसक्ने व्यवस्था गरेको छ ।

संविधान अनुसार सातवटै प्रदेशमा प्रदेश सरकार गठन भइसकेको अवस्थामा अर्थ मन्त्रालयले करसम्बन्धी नमूना

कानून प्रदेशमा पठाएको हो । उक्त कानूनमा प्रदेश सरकारले आफ्नो क्षेत्रभित्र घर, जग्गा वा घरजग्गा रजिष्ट्रेसन गर्दा शुल्क लगाउनसक्ने व्यवस्था गरेको हो ।

विधेयकको परिच्छेद-४ को करसम्बन्धी व्यवस्थाअनुसार घर, जग्गा वा घरजग्गाको स्वामित्व हस्तान्तरण गर्दा शुल्क बुझाउनुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ । उक्त शुल्कको निर्धारण गर्दा कर तिर्नसक्ने क्षमताका आधारमा कर निर्धारण गर्नुपर्नेछ ।

त्यसैगरी, कर प्रणाली समानता र न्यायमा आधारित रहने गरी सरल, पारदर्शी र मितव्ययी हुनुको साथै नागरिकलाई सुविधा हुने गरी कर लगाउनुपर्नेछ । घरजग्गा वा स्वामित्व हस्तान्तरण हुँदा महिलालाई २५ प्रतिशत छुट दिनुपर्नेछ ।

कानून अनुसार प्रदेशलाई सवारी साधन कर लगाउनसक्ने अधिकार दिइएको

छ । इन्धनद्वारा सञ्चालित हुने सबै सवारी साधनमा प्रदेश सरकारले कर लगाउनसक्छ ।

प्रदेश सरकारलाई मनोरञ्जन करसमेत लगाउनसक्ने अधिकार दिइएको छ । प्रदेश सरकारले चलचित्र घर, भिडियो घर, सांस्कृतिक मनोरञ्जन कर लगाउनसक्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

त्यसैगरी, प्रदेश सरकारले अनुमति दिएका विज्ञापन एजेन्सीले विज्ञापनको कारोबार गरेको र विज्ञापनका सामग्री राख्न दिएबापत विज्ञापन कर लगाउन सक्नेछ । कृषि आयमा कर लगाउनसक्ने अधिकार पनि उसलाई गरिएको छ ।

करबापत असुलिएको रकममध्ये दुई प्रतिशत प्रशासनिक खर्च कटाएर बाँकी राजस्व तोकिएको समयावधिमा प्रदेश सञ्चित कोषमा जम्मा गर्नुपर्ने हुन्छ । स्थानीय तहले उठाउने शुल्क

पनि सोहीअनुसार गर्नुपर्नेछ ।

त्यसैगरी, विधेयकको परिच्छेद-१४ मा गैरकर राजस्व उठाउनसक्ने व्यवस्था गरिएको छ । यस अतिरिक्त सेवा शुल्क तथा दस्तुर, पर्यटन शुल्क समेत उठाउन पाउने व्यवस्था छ । यो पनि प्रदेश सरकारको आय हुनेछ ।

करसम्बन्धी कानून बनाउन प्रदेशले केन्द्र सरकारसँग समन्वय गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसैगरी, स्थानीय तह र नेपाल राष्ट्र बैंकसँग पनि समन्वय गरेर कर निर्धारणका लागि कानून बनाउनुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

नेपालको संविधानको धारा ५९ र २१३ अनुसार यसअघि अर्थ मन्त्रालयले प्रदेश सञ्चित कोष, सरकारी कोषको सञ्चालन, बजेट तर्जुमा, निकासी तथा खर्च गर्ने, लेखा राख्ने अधिकारसहित प्रदेश आर्थिक कार्यविधि ऐन २०७४ नमूना विधेयक पारित गरी प्रदेशमा पठाइसकेको छ ।

सरकारी निर्णयप्रति काँग्रेसको आपत्ति

काठमाडौं । राष्ट्रपति विद्यादेवी भण्डारीले नेपाल सरकारको सिफारिसमा राष्ट्रियसभा सदस्यमा तीनजनाको मनोनयन गर्नुभएको छ ।

राष्ट्रपतिको कार्यालयका अनुसार नेपालको संविधानको धारा ८६ को उपधारा २ को खण्ड ‘ख’ बमोजिम डा. युवराज खतिवडा (भ्यापा), रामनारायण बिँडारी (मकवानपुर) र डा. विमला पौडेल (मोरङ)लाई आज मनोनयन गर्नुभएको हो ।

मन्त्रिपरिषद्को बैठकले अघिल्लो सरकारले गरेको सिफारिस फिर्ता लिई नयाँ नाम पठाएको थियो ।

नेपाली काँग्रेसले भने सरकारले राष्ट्रियसभा सदस्यमा तीनजनाको नाम सिफारिस

गरेकोप्रति गम्भीर आपत्ति जनाएको छ ।

काँग्रेस सभापति शेरबहादुर देउवा नेतृत्वको सरकारले सिफारिस गरेका नाम बाहेक आजको मन्त्रिपरिषद् बैठकले नयाँ नाम सिफारिस गरेकोमा काँग्रेसले विरोध जनाएको पार्टी प्रवक्ता विश्वप्रकाश शर्माले जानकारी दिनुभयो ।

सरकारले बिना तर्क राष्ट्रियसभा सदस्यमा नयाँ नाम पठाएकोप्रति काँग्रेसले आपत्ति जनाएको छ । प्रवक्ता शर्माले यसअघिका निर्णय उल्ट्याउँदै सरकारले गरेको निर्णयले आगामी दिनमा सत्ता र प्रतिपक्षबीच दुरी बढ्ने चिन्ता व्यक्त गर्नुभयो ।

आज बसेको

मन्त्रिपरिषद्को बैठकले डा. युवराज खतिवडा, रामनारायण बिँडारी र डा. विमला पौडेल राईको नाम राष्ट्रियसभा सदस्यमा सिफारिस गरेको हो ।

काँग्रेसले अघिल्लो सरकारले संविधान बमोजिम स्थानीय, प्रदेश र संघको निर्वाचन सम्पन्न गरी निर्वाचन प्रक्रिया पूरा गर्न राष्ट्रियसभामा मनोनयन हुने तीनजना सदस्यको नाम सिफारिस गरेको स्पष्ट पारेको छ ।

प्रवक्ता शर्माले भन्नुभयो, ‘सिफारिस काम चलाउ सरकारले गरेको भन्ने हो भने त्यसअघि राष्ट्रियसभाको निर्वाचन पनि त्यही सरकारले गरेको हो ।’ काँग्रेसले यसअघि मन्त्रिपरिषद् बैठकले संविधान बमोजिम निर्णय गरी सिफारिस गरेका व्यक्तिलाई

राष्ट्रियसभा सदस्य मनोनयनमा राष्ट्रपति कार्यालयबाट भएको ढिलाइप्रति पनि आपत्ति जनाएको छ ।

यस अघिको सरकारले राष्ट्रियसभा सदस्यमा कृष्णप्रसाद पौडेल, गोपाल बस्नेत र चाँदनी जोशीको नाम मनोनयनका लागि राष्ट्रपतिलाई सिफारिस गर्ने निर्णय गरेको थियो । उनानसाठी सदस्यीय राष्ट्रियसभामा मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा राष्ट्रपतिबाट तीनजना मनोनयन गर्ने संवैधानिक व्यवस्था छ ।

संघीय संसद्को माथिल्लो सदन राष्ट्रियसभामा सतै प्रदेशबाट आठ जनाका दरले ५६ जना सदस्य यसअघि माघ २४ गते भएको निर्वाचनबाट निर्वाचित भइसक्नुभएको छ ।

पुष्पसदन अभिभावक दिवस सम्पन्न

कीर्तिपुर । पुष्पसदन बोर्डिङ्ग हाई स्कूलको अभिभावक दिवस फागुन ७ गते विद्यालय परिसरमा सम्पन्न भयो ।

कार्यक्रममा विद्यालयको शैक्षिक गतिविधि र अतिरिक्त गतिविधिमा उत्कृष्ट विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न अतिथिहरूबाट पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो ।

त्यसक्रममा कक्षा १२ प्रिन्सिपल आर डि राईले विद्यालयमा गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्दै आइरहेको बताउनुभयो । वहाँले शैक्षिक योग्यताका साथ विभिन्न अतिरिक्त क्रियाकलापबाट स्वास्थ्य

तन्दुरुष्ट राख्नुपर्ने बताउनुभयो ।

अभिभावकको तर्फबाट श्रीप्रसाद दाहालले विद्यालयबाट प्रदान गरेको शैक्षिकलगायत अन्य क्रियाकलापबाट योग्य नागरिक तयार पार्नुपर्ने बताउनुभयो ।

पूर्व विद्यार्थीको तर्फबाट प्रद्युमन दाहाहाल, अलिशा श्रेष्ठ, तुलसी क्षेत्रीले पनि बोल्नुभएको कार्यक्रममा अनिश रिजालको सभापतित्वमा भएको थियो ।

कार्यक्रममा राष्ट्रिय गीतबाट सुरु गरी विभिन्न गीत तथा नृत्य, कराँते प्रदर्शन समेत गरिएको थियो ।



बाघभैरवको ३७ औं वार्षिकोत्सव

कीर्तिपुर । बाघभैरव बोर्डिङ्ग हाई स्कूल कीर्तिपुरको ३७ औं वार्षिकोत्सव फागुन ५ गते शनिबार त्रिवि अडिटोरियम हलमा सम्पन्न भयो ।

प्रमुख अतिथि पूर्वमन्त्री एवं प्रतिनिधिसभा सदस्य राजन केसीले पानसमा दीप प्रज्ज्वलन गरी उद्घाटन गर्नुभयो । त्यसक्रममा वहाँले

बाघभैरव स्कूलले गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गरी योग्य नागरिक बनाउन गरेको योगदानको प्रशंसा गर्नुभयो ।

पूर्व सचिव उद्धवप्रसाद बास्कोटाले विद्यालयको प्रगति संचालन समिति, शिक्षक, विद्यार्थी र अभिभावकको समन्वयले हुने भएकोले आ-आफ्नो क्षेत्रबाट

सहयोगी भूमिका खेल्नुपर्ने बताउनुभयो ।

विद्यालयका प्रिन्सिपल बिक्रम महर्जनले विद्यालयको प्रगति विवरण प्रस्तुत गरेको थियो ।

व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष राममान सिंहको सभापतित्वबाट बोल्दै विद्यालयबाट प्रदान गरेका सुविधाहरूबारे प्रष्ट

पार्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा अभिभावकको तर्फबाट कविन्द्र प्रसाद पाण्डे, टंक गैरेलगायतले बोल्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा नियमित अध्यापन गर्ने शिक्षकहरू सुनिता महर्जन, एलिसा कायस्थ, सुधा घिमिरे र कल्पना सुवेदीलाई सम्मान गरिएको थियो ।

चिनारखँ

गथे जुइन थ्यः दे

– नरमान महर्जन, हाँडीगाउँ

दे बाँलानाँ छुया सरकारे वैँपि विचार बाँमला
रखा बाँलानाँ छुया बाजी बाँमला
खँ बाँलानाँ छुया ज्या बाँमला
वहः बाँलानाँ छुया न्यासे वनेगु पहः बाँमला
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

बुढाबुढीया खं ल्यामह ल्यासे तयतः मिलेय मजु
ल्यामह ल्यासे या खं मचाखाचा तयतः मिलेय मजु
अयनं न्यना चवने मागुदु स्वया चवने मागु दु
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

काय औ विदेशे मां बा स्वदेशे
मचाखाचा गुं देसे छ चवना छु देसे
जि चवना छिमेकी देसं ववतेका तगु नेपा देसे
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

बाम गठबन्धन याना चुनाव त्याके धुंकल थवः देसे
आतक बाम गठबन्धन सरकार मरुनी थवः देसे
गज्यागु बाम गठबन्धन सुना यागु थवः गठबन्धन
गठबन्धन त्याना बसां भ्छाचार टंके फैं मखु थवः देसे
प्रदेशसभाया दुजः वय धुंकल प्रदेश राज्य मजुनि थवः देसे
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

काय मिया च्योन्यात बुं मिया छें न्यात
खुसी मिया मत न्यात जोट बिया भोट न्यात
ठव्य नका मत न्यात
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

नयगु हिल, पुनेगु हिल, चवनेगु हिल, सरकार हिल
न्यायधिस हिल राष्ट्रपति हिल फूकं हिल
तर समाज बांलाकेगु दे बांलाकेगु बुद्धि चिवार धासा महयु जि
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

नेपाल सरकार सिंह दरवार ताचा फुकं डिल्ली दरवारे
स्थानीय सरकार बागदरवारे प्रधानमन्त्री बालुवाटार दरवारे
सुकुमबासी भोखावो दरवारे जनता फुकं तरवारे
गथे जुइन थवः दे, गथे जुइन थवः दे

सुन्थ सुन्थ ओमशान्ति बन्थ बन्थ भाग शान्ति
मदेश प्रदेश भाग शान्ति मन्त्रालय भाग शान्ति
सरकार भाग शान्ति देश फुक भाग शान्ति भाग शान्ति
ज्या सना नइपिं है शासन जुइगु वहि तिनी थन क्रान्ति

टोखामा एघारौं

सचिव सुवालले देश र जनताको समस्याबारे लेखक, कवि, कलाकारहरूले साहित्य लेखन आवश्यक भएको बताउनुभयो ।

नेमकिपाका केन्द्रीय सदस्य तथा पूर्वसांसद अनुराधा थापामगरले जनसाहित्य समाजले देश र जनतालाई माया गर्ने नयाँ पुस्ताका साहित्यकार तयार गर्न भूमिका खेल्नुपर्ने बताउनुभयो ।

नेमकिपाका वैकल्पिक केन्द्रीय सदस्य तथा प्रदेशसभा सदस्य सुरेन्द्रराज गोसाईंले एमाले र माओवादीको गठबन्धन सरकार बामपन्थी र कम्युनिष्ट सरकार नहुने धारणा राख्दै जनतालाई भुटा आश्वासन दिएर चनाव जित्ने शासक दललाई जनताले नै सजाय दिने धारण राख्नुभयो ।

सम्मेलनमा जलस्रोतका अध्येता रतन भण्डारीले नेपालका प्राकृतिक स्रोत साधनमाथि भारतीय गिह्रदृष्टिका प्रतिरोध नेपालका शासक दल र नेताहरूले गर्न नसकेको बताउनुभयो ।

कार्यक्रममा नेमकिपाका वैकल्पिक केन्द्रीय सदस्य तथा प्रदेशसभा सदस्य सृजना सैजु, नेपाल सेनाका पूर्व जर्नेल तथा इतिहासकार डा. प्रेमसिं बस्नेत, जन साहित्य समाजका पूर्वसचिव राजवीर डंगोल, शिक्षक प्रभात सापकोटा, लेखक सजीव श्रेष्ठ, साहित्यकार मदन

श्रेष्ठ, नीरज लवजू, रमेश डंगोल, लेलिना श्रेष्ठलगायतले बोल्नुभएको थियो ।

सम्मेलन आयोजक समितिका उपाध्यक्ष विशोक डंगोलको सभापतित्वमा भएको थियो ।

कार्यक्रममा कविता विधातर्फ सुरेश परियारको ‘फाँसी नमाग’, सृष्टिका श्रेष्ठको ‘देशको भूगोल’ र सुवर्ण महर्जन कीर्तिपुरको ‘महान विचार’ क्रमशः प्रथम, द्वितीय र तृतीय भएका थिए ।

सम्मेलनमा सांस्कृतिक प्रस्तुति पनि प्रदर्शन गरिएको थियो ।

नौमूले.....

भएको कार्यक्रममा हिमाल सिमेन्ट सरोकार समितिका पञ्चलाल महर्जन, समितिका उपाध्यक्ष रुपेश बुढाथोकी, कीर्तिपुर नगरका सदस्य उत्तम नेपाललगायतले बोल्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि प्रमुख महर्जनले समितिमा बसेर योगदान गर्नुभएका महानुभावहरूलाई कदरपत्र प्रदान गर्नुभएको थियो ।

कीर्तिपुर.....

गर्नुभयो ।

भेटमा भनपका उपप्रमुख रजनी जोशी, वडाअध्यक्षहरू रविन्द्र ज्याख्व, उकेश कवांलगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

स्वास्थ्य अधिकार पुस्तिका निस्कने

- हरिसुन्दर छुकां

भक्तपुर, ९ फागुन । स्वास्थ्य क्षेत्रमा सुधार ल्याउन सरकारले विभिन्न नीति र कार्यक्रम ल्याए पनि व्यावहारिक रूपमा सर्वसाधारणले ती सेवासुविधा पाउन सकेका छन् वा छैनन् भन्नेबारेमा अध्ययन हुने भएको छ । प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा स्रोत केन्द्रले स्वास्थ्य अधिकार वर्ष पुस्तिका प्रकाशन गर्ने लक्ष्यका साथ उक्त अध्ययन गर्ने भएको हो ।

स्रोत केन्द्रले सरकारले प्रदान गर्दै आएको निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा र आमा सुरक्षा कार्यक्रम लागू भएको र नभएको अध्ययन गरी वर्ष पुस्तिका प्रकाशन गरिने जनाएको छ ।

केन्द्रले भक्तपुरमा आयोजना गरेको पत्रकार सम्मेलनमा स्वास्थ्य अधिकार तथा सूतीए नियन्त्रण जिल्ला सञ्जाल भक्तपुरका अध्यक्ष रत्ना चवालले वर्ष पुस्तिका तयारीका लागि भक्तपुरमा अध्ययन सुरु भइसकेको जानकारी दिइन् ।

अध्यक्ष चवालले स्वास्थ्य उपचारका क्रममा स्वास्थ्य संस्थाले गरेका कामको अभिलेख,

स्वास्थ्यकर्मीले गरेका दुर्व्यवहार र स्वास्थ्यकर्मीमाथि हुने दुर्व्यवहार लगायतका स्वास्थ्य सम्बन्धी सम्पूर्ण अभिलेखको सँगालोका रूपमा स्वास्थ्य अधिकार वर्ष पुस्तिका प्रकाशन हुने बताइन् ।

वर्ष पुस्तिकाको तयारीका लागि सञ्जालले जिल्लामा काम थालनी गरिसकेको छ । वर्ष दिनभरिका स्वास्थ्य अधिकार हननका घटनालाई समेटेर तयार पारिने वर्ष पुस्तिकाले संविधानले तोकेका स्वास्थ्य अधिकारलाई नागरिकले व्यावहारिक रूपमा प्राप्त गर्न मद्दत पुर्‍याउने उनको भनाइ छ । 'सरकारले अहिले प्राथमिक उपचार र आमा सुरक्षा कार्यक्रम लागू गरेको छ, तर अझै पनि आम नागरिकले व्यावहारिक रूपमा निःशुल्क स्वास्थ्य सेवा पाउन सकेका छैनन् ।' उनले भनिन् ।

२०४५ सालमा स्थापना भएको केन्द्रले सबैका लागि स्वास्थ्य भन्ने नाराका साथ काम गर्दै आएको छ । संस्थाले सामुदायिक, क्षेत्रीय, राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय तहमा स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित सवालमा बहस चलाउँदै आएको छ । स्वास्थ्य क्षेत्रमा

पहुँच, गुणस्तरीयता, उपलब्धता, स्वास्थ्य प्रणाली सुदृढीकरण (औषधि उपकरण, जनशक्ति, सूचना, भौतिक पूर्वाधार र संरचना) र सर्ने तथा नसर्ने रोग मूल समस्याका रूपमा रहेका छन् ।

एकातिर सहस्राब्दी विकासका लक्ष्यहरू (एमडिजी) अझै पूरा भएको छैन भने अर्कातिर दीगो विकास लक्ष्य (एसडिजी) पूरा गर्ने नयाँ जिम्मेवारी सरकारको काँधमा रहेको अध्यक्ष चवालले बताइन् । मानवअधिकारकर्मी तथा सञ्चारकर्मीको भेटघाटमा मानवअधिकारवादी विश्वबहादुर दुवाल र राष्ट्रिय मानवअधिकार प्रतिष्ठान भक्तपुरका अध्यक्ष राजेन्द्र कोजुले स्वास्थ्यसम्बन्धी वर्ष पुस्तिका आउनु राम्रो विषय भएको बताउँदै स्वास्थ्य अधिकारलाई पनि मानवअधिकारसँग जोड्नुपर्ने आवश्यकता औल्याएका थिए । उनीहरूले स्वास्थ्य सेवालाई व्यवहारिक बनाउनका लागि सबै क्षेत्रको साथ र सहयोग आवश्यक भएको बताउँदै त्यसको लागि स्थानीय तहसँग सहकार्य गर्नुपर्ने पनि उल्लेख गरेका थिए ।

आठौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको लोगो सार्वजनिक

खजुरा, बाँके, ९ फागुन (रासस) । वि.सं. २०७५ मंसिरमा नेपालगञ्जमा हुने आठौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताका लागि गीत, नारा र मस्कट हात्तीको छावासहितको लोगो सार्वजनिक गरिएको छ ।

आउने वर्ष नेपालगञ्जमा हुन लागेको उक्त प्रतियोगिताका लागि लोगोसहित नारा र मस्कट हात्तीको छावा सार्वजनिक गरिएको मध्यपश्चिम खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष भीम ओलीले जानकारी दिनुभयो ।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का सदस्य सचिव केशवकुमार विष्टले लोगो, गीत, नारा र मस्कट सार्वजनिक गर्नुभएको हो । आठौँ राष्ट्रिय खेलकुदको नारा 'आठौँ खेलकुद हाम्रो प्रदेशमा, पसिना र पौरख आफ्नै देशमा' तय भएको छ ।

यसैबीच बाँकेको खजुरा गाउँपालिका सीतापुरमा सुविधासम्पन्न भलिबल रंगशाला बन्ने भएको छ । आठौँ राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको भलिबल खेल सञ्चालन गर्ने गरी राष्ट्रिय



खेलकुद परिषद्का सदस्य सचिव विष्टले मंगलबार सो रंगशालाको शिलान्यास गर्नुभएको हो ।

जनगायक रामकृष्ण दुवाल एकल साँझ सम्पन्न

काठमाडौँ । पञ्चायती कालरात्रीमा समेत जनताको गीत गाएर जनतालाई जागरुक बनाउने एक जनगायक रामकृष्ण दुवालको एकल साँझ सांस्कृतिक संस्थान राष्ट्रिय नाचघरमा फागुन ७ गते सम्पन्न भयो ।

सांस्कृतिक संस्थान र

नेपालभाषा मंका खलःको संयुक्त आयोजनामा भएको सो कार्यक्रममा वहाँले १२ वटा गीत प्रस्तुत गर्नुभयो ।

४०५ वर्ष पुरानो विवाहको समयमा गाउने नेवारी गीतदेखि सिसाया हेर्कु र गाउँगाउँबाट उठ, रक्त क्रान्तिको लगायत जनताको

गीतबाट दर्शकहरूलाई मनोरञ्जन प्रदान गर्नुको साथै चेतना प्रदान गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा जनगायक

रामेश श्रेष्ठले सहयोग गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि शताब्दी पुरुष सत्यमोहन जोशी हुनुहुन्थ्यो ।

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

स्थानीय सरकार संचालन ऐन २०७४ को परिच्छेद ७, दफा २७ को उपदफा (३) बमोजिम नगरपालिकाको पूर्व स्वीकृति नलिई भवनका लागि जग्गाको खण्डीकरण वा प्लटिङ्ग गर्न नपाइने स्पष्ट कानूनी व्यवस्था भएकोले यस नगरपालिकामा व्यवस्थित शहरीकरणको विकास गर्ने नगरपालिकाको लक्ष्य रहेको हुँदा जो कसैले पनि प्रचलित कानून बमोजिम पूर्व स्वीकृति लिइएर मात्र भवनका लागि जग्गा खण्डीकरण एवं प्लटिङ्ग गर्नु हुनका साथै पूर्व स्वीकृति विना यस्ता प्रकारका काम कारवाही गरेमा नगरपालिकाबाट प्रदान गरिने सेवा सुविधा एवं सिफारिस रोक्का गरी कानून बमोजिम कारवाही गरिने व्यहोरा सठ्ठबन्धित सबैलाई सूचना जागी गार्दिएन ।



कीर्तिपुर नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

देवढोका, कीर्तिपुर

फोन नं : ०१४३३१८०५, ०१४३३१६९३

किन दुख्छ टाड ?

- डा. शिरीष कार्की



हामीमध्ये धेरैलाई कहिलेकाहीँ टाड दुख्ने समस्या हुन्छ । यो कसैलाई कम हुन्छ भने कसैलाई बढी भएर औषधी नै खानुपर्ने अवस्था आउछ । चिकित्सकहरू पुरानैमध्ये अधिकांशको टाड दुख्ने समस्या भएको पाइन्छ । यो पुरानो समस्या हो । कूल जनसंख्याको ८० प्रतिशत मानिसको जीवनमा कुनै न कुनै बेला टाड दुख्ने समस्या भएको हुन्छ पनि भन्ने गरिन्छ ।

टाड दुख्दा जति हामी आत्तिन्छौँ त्यति डरलाग्दो भने होइन । सामान्य केही कुरामा ध्यान दिन सक्थौँ भने यो समस्याबाट अलिक टाढा रहन सकिन्छ । तर सधैं सामान्य कारणले मात्र टाड दुख्छ भन्ने चाहिँ होइन । कहिलेकाहीँ अन्य विभिन्न कारणले पनि टाड दुख्ने समस्या आउनसक्छ । यस्तो अवस्थामा भने चिकित्सकलाई देखाउनुपर्छ । अस्पतालमा आउनेमध्ये धेरै महिला हुन्छन् । निहुरिएर घरको काम गर्ने भएकाले उनीहरू टाडको समस्याबाट धेरै पीडित हुन्छन् ।

किन हुन्छ टाड दुख्ने समस्या ? मेरुदण्डको हड्डीभित्र मुख्य नशा, त्यस वरपर हुने लिगामेन्ट तथा दुई हड्डीबीचमा नरम मासु हुन्छ जसलाई डिस्क भनिन्छ । मांसपेशी र अन्य तन्तुमा जहाँ चोट लागेपनि टाड दुख्ने समस्या हुन सक्छ ।

आजकाल एक्स रे तथा, एमआरआई सिटीस्क्यान गरेर टाड दुखेको कारण पत्ता लगाउने गरिन्छ । तर कहिलेकाहीँ औषधी खाँदा, विभिन्न टेष्ट गरेर हेर्दासमेत रोग पत्ता लगाउन सकिँदैन । हामीले यसलाई 'म्याजिक बक्स' भनेर पनि पढ्छौँ । रोग पत्ता लगाउन नसकिने अवस्थाचाहिँ कहिलेकाहीँ मात्र हुन्छ ।

खासगरी ८० देखि ९० प्रतिशत मांसपेशी र लिगामेन्ट तन्किने, खुम्चिने कारणले गर्दा टाड दुख्छ । सुताई नमिल्दा, पल्टिएर लामो समय कम्प्युटर मोबाइल चलाउने, गड्ढा सामान उठाउने, निहुरिएर काम गर्नेमा यस्तो समस्या बढी हुन्छ । नेपाली समाजमा यसलाई 'चस्को पसेको' पनि भनिन्छ ।

प्रायः ३५ देखि ५५ उमेर समूहका मानिसमा बढी देखिन्छ । तर अरु उमेर समूहका जोकसैलाई पनि टाड दुख्ने समस्या हुनसक्छ । यो सामान्यतया मौसम परिवर्तन हुँदा बढी देखिन्छ । किनकि जाडोबाट गर्मी हुँदा हामी कम कपडा ओडेर वा नओडी सुल्छौँ । बिहान हुँदै जाँदा जाडोले हामी कुक्कुक् परेर सुत्दा मांसपेशी तन्किएर वा खुम्चिएर दुख्ने समस्या बढी हुन्छ ।

साधारण कुरामा ध्यान दिन सकेमा टाड दुखेर अफिस नै

छुट्टी लिनुपर्ने अवस्था आउँदैन । अन्य कारणले पनि दुख्छ

यसबाहेक अन्य कारणले पनि टाड दुख्ने समस्या हुनसक्छ । कहिलेकाहीँ डिस्क फुट्दा नशा च्यापिएर पनि दुखाई हुन्छ । मेडिकलको भाषामा यसलाई साइटिका भनिन्छ । यस्तोमा हातखुट्टा भ्रमभ्रम हुने, दुख्ने हुन्छ । यस्तो अवस्थामा भने हामीले चिन्ता लिनुपर्ने हुन्छ ।

यस्तो समस्या भएमा दुखाई घुँडातिर या कम्मर मुन्तिर खुट्टातिर सर्ने हुन्छ । पाठेघरको समस्या, भिगौलामा पत्थरी भएको छ भने पनि ब्याक पेन हुन्छ । दिसा गर्ने अंग लाटो हुने, दिसापिसाब नियन्त्रण नहुने जस्ता समस्या पनि हुन्छ । यस्तो बेलामा तुरुन्त चिकित्सककहाँ गएर उपचार गराइहाल्नुपर्छ ।

त्यसबाहेक मेरुदण्ड संक्रमण, साधारण कब्जियतको समस्या, खानपानले ठूलो आन्द्रामा असर पर्दा पनि टाड दुख्ने समस्या हुन्छ ।

अझै काठमाडौँको सडकमा बाइक चलाउने हरूमा पनि सबैभन्दा धेरै टाड दुख्ने समस्या बढी छ । किनकि यहाँको बाटोमा खाल्डाखुल्डी बढी छ । बाइक चलाउँदा खाल्डामा घचक्क हुँदा टाड दुख्ने तथा डिस्क फुट्ने समस्या बढी हुन्छ । एउटा खाल्डामा एकपटक भट्का पर्दा ६ गुणासम्मको लोड लिनुपर्छ भनिन्छ । हाम्रा सडकमा गुड्दा कतिपल्ट भट्का लिनुपर्छ, गणना नै छैन ।

समस्याबाट बच्न के गर्ने रनगर्ने

- सुत्दा धेरै लचकदार तथा फोम भएको भन्दा कडा बेडमा सुत्ने ।
- धेरै समय सुतेर टिभी हेर्न, मोबाइल, ल्यापटप चलाउन कम गर्ने

- बाइक चलाउने क्रममा खाल्डो आउँदा अलिकता उठेर चलाउने ।
- टाड दुखाईसँगै ज्वरो आउने, हातखुट्टा भ्रमभ्रमाउने, दुख्ने हुन्छ भने चिकित्सककहाँ जानुपर्छ ।
- तनाव नलिइकन काम गर्नुपर्छ, टाड दुख्ने, तनाव र डिप्रेसनबीच आपसमा अन्तरसम्बन्ध छ ।
- अन्य जोखिमहरू मोटोपन, मधुमेहलगायतका रोग पनि टाड दुखाईका कारण हुन् ।
- दुई वर्षभन्दा कम उमेर

बालबालिकालाई मोनिटर भएका कुनै पनि साधन चलाउन नदिने । त्यसले टाड दुख्ने समस्या त हुन्छ नै, उनीहरूको सिर्जनात्मक सोच्ने शक्ति कमजोर हुन्छ ।

- धेरै निहुरिएर काम नगर्ने, भुईँ पुछ्दा उभिएर पुछ्ने, एकैपटक धेरै कपडा नधुने, सामान पनि धेरै तौल भएको नठाउने गर्नुपर्छ ।

- बच्चामा टाड दुख्ने समस्या भयो भने अलि राम्ररी जाँच गर्नु आवश्यक छ । उनीहरू खेल्दा लड्ने र रूघाखोकी लाग्दा टाड दुख्ने हुन्छ । २५ वर्षभन्दा मुनिका मानिसलाई लगातार टाड दुख्ने भने खतराको लक्षण हो ।

- दिसापिसाब भएको छैन वा रोकिदैन, ज्वरो आयो, तौल घटिरहेको छ, दुखाई तिघाभन्दा तल सर्दै गएको छ भने पनि अस्पताल गई विशेषज्ञलाई देखाइहाल्नुपर्छ ।

- त्यसबाहेक सुत्दा पोजिसन मिलाएर सुत्ने, महिलाले महिनावारी हुँदा अलि कम काम गर्ने गर्नुपर्छ ।

(डा. कार्की मनमोहन मेमोरियल सामुदायिक अस्पतालका कन्सल्ट्यान्ट हाडजोर्नी सर्जन हुन्)

- स्वास्थ्य खबर

ग्यारेन्टी उपचार

नशा च्यापिएको घुँडाको दुखाई

आश्चर्यजनक रूपमा ग्यारेन्टी निको पार्ने

- ♦ जाँड-रक्सीको कुलन ग्यारेन्टी छुटाउने
- ♦ मुखै नबारीकन सुगर कन्ट्रोल गर्न
- ♦ महिला/पुरुषको यौन पावर बढाउन
- ♦ पेटको दाग अनुहारको चाँयापोतो हटाउन
- ♦ भुँडी घटाउन/शरीरको तौल बढाउन
- ♦ स्तन घटाउन, बढाउन/टाईट पार्न

फिटनेस प्वाइन्ट ट्रेडिङ्ग

दुरसंचारको गेटसंगै

फोन नं. ४३३६७०१

९८०३५०२२५९, ९८४९९८९९७६

Free Home Delivery

Not For Medicinal Use